

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Remaja dalam bahasa Latin disebut *adolescence* yang artinya tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan (Ali 2009 hlm, 9). Masa remaja merupakan masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi, dan psikis. Menurut WHO yang disebut remaja, mereka yang berada pada tahap transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa. Batasan usia remaja usia 12 sampai 24 tahun, sedangkan menurut Depkes RI batasan umur remaja usia 10 sampai 19 tahun dan belum kawin. Seseorang bisa disebut remaja jika usia 10 sampai 24 tahun yang merupakan usia antara masa kanak-kanak dan masa dewasa dan sebagai titik awal proses reproduksi, sehingga perlu dipersiapkan sejak dini (Romaul 2009 hlm, 48).

Obesitas (kegemukan) dapat didefinisikan sebagai kelebihan bobot badan 20% diatas standar. Obesitas merupakan refleksi ketidakseimbangan antara konsumsi energi dan pengeluaran energi (Khomsan 2010 hlm, 90). Obesitas terjadi karena ketidakseimbangan jumlah makanan yang masuk dan keluar, serta kurang mengoptimalkan energi yang tersedia (Proverawati, 2010 hlm, 77-78).

Pada tahun 2008 lebih dari 1,4 juta orang dewasa mengalami kelebihan berat badan, dan dari data tersebut sekitar 300 juta wanita dan 200 juta pria telah mengalami obesitas. Setiap tahun, setidaknya terdapat 2,8 juta orang dewasa yang meninggal akibat obesitas (WHO, 2010). Berdasarkan Data Riskesdas tahun 2010 prevalensi kelebihan berat badan pada provinsi Jawa Barat pada umur 13-15 tahun sebesar 2,5%. Berdasarkan penelitian Damopolii (2013 hlm, 2) dengan sampel sebanyak 2835 siswa SLTP terdapat 35,71% obesitas pada usia 11 – 12 tahun dan 64,29% obesitas pada usia 13-15 tahun. Dengan distribusi prevalensi obesitas terbanyak pada perempuan sekitar 50,71 % sedangkan pada laki-laki sebanyak 49,29 %.

Salah satu faktor penyebab remaja mengalami obesitas adalah seringnya mengkonsumsi *fast food*, mereka seringkali terpengaruh oleh iklan, teman sebaya

maupun lingkungan sekitar. Selain itu, remaja juga cenderung mengonsumsi *fast food* untuk menciptakan citra diri yang modern dalam komunitasnya. Makanan cepat saji yang dimaksud adalah jenis makanan yang dikemas, mudah disajikan, praktis, atau diolah dengan cara sederhana (Lutfi 2011 hlm, 11).

*Fast food* merupakan makanan cepat saji yang diperoleh dari makanan diluar rumah yang disajikan dengan waktu yang sedikit dan tidak perlu menunggu waktu yang lama untuk disajikan Soraya dalam (Indriawati 2008, hlm. 3). Sandjaja dkk (2009, hlm, 42) juga menyebutkan bahwa *fast food* merupakan makanan yang dirancang untuk cepat disediakan, digunakan atau dikonsumsi dan dijual di perusahaan-perusahaan makan agar siap untuk disantap. Dalam studi yang dilakukan oleh Hadi (2003, hlm. 41) yang melibatkan 4747 siswa/i SLTP kota Yogyakarta dan 4602 siswa/i SLTP kab. Bantul, menemukan bahwa remaja penderita obesitas 2-3kali lebih sering mengonsumsi *fast food*, seperti Mc Donald, KFC, Pizza, dan sebagainya. Sementara itu, Lisnawaty (2008, hlm. 4) yang melakukan penelitiannya di restoran *fast food* di mall Panakkukang Makassar menemukan bahwa remaja yang berumur 12-18 tahun mengaku mengonsumsi *fast food* minimal 3 kali dalam sebulan, dan kunjungan terbanyak pada hari sabtu (31,8%), disusul kemudian hari Minggu (27,3%).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Damapolii (2013, hlm. 6) hasil analisis antara hubungan konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas pada anak terlihat bahwa responden yang mengonsumsi energi *fast food* lebih dari rata-rata dan mengalami obesitas berjumlah 46 responden (33,8%) dan tidak mengalami obesitas berjumlah 32 responden (23,5%), sedangkan responden yang mengonsumsi energi *fast food* rata-rata dan mengalami obesitas berjumlah 22 responden (16,5%) dan tidak mengalami obesitas berjumlah 36 responden (26,5%).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Susanti (2010, hlm. 7) pada siswa/i SMA Negeri 2 Jember, terdapat hubungan yang bermakna antara sikap siswa terhadap kebiasaan mengonsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas. Hal ini di dukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi (2011, hlm. 9) hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh signifikan antara faktor predisposisi (sikap) terhadap kebiasaan makan (tingkat asupan energi).

Berdasarkan penelitian Anisa (2012, hlm. 5) yang dilakukan di SMP Bopkri 3 Yogyakarta terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan tentang pola makan dengan kejadian obesitas. Responden memiliki pengetahuan gizi baik (20,6%), pengetahuan gizi cukup (64,7%) dan pengetahuan gizi kurang (14,7%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki pengetahuan gizi yang cukup.

Penelitian ini dilakukan pada remaja SMP Negeri 2, karena SMP Negeri 2 Depok ini merupakan salah satu sekolah favorit di Depok yang mempunyai status sosial ekonomi yang tinggi. Berdasarkan hasil observasi terdapat 30% siswa/i yang sering mengonsumsi *fast food*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas pada remaja SMP Negeri 2 Depok. Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui dan menganalisa “Hubungan kebiasaan konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas pada remaja SMP Negeri 2 Depok Tahun 2015.

## **I.2 Rumusan masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka dapat diperoleh rumusan masalah yaitu : Bagaimana hubungan kebiasaan konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas pada remaja SMP Negeri 2 Depok Tahun 2015.

## **I.3 Tujuan Penelitian**

### **I.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kebiasaan mengonsumsi makanan *fast food* dengan obesitas pada remaja SMP Negeri 2 Depok Tahun 2015.

### **I.3.2 Tujuan khusus**

- a. Mengetahui karakteristik responden berdasarkan umur dan jenis kelamin pada remaja SMP Negeri 2 Depok Tahun 2015.
- b. Mengetahui gambaran status gizi dengan kejadian obesitas pada remaja SMP Negeri 2 Depok Tahun 2015.
- c. Mengetahui gambaran pengetahuan gizi dengan kejadian obesitas pada remaja SMP Negeri 2 Depok Tahun 2015.

- d. Mengetahui gambaran sikap dengan kejadian obesitas pada remaja SMP Negeri 2 Depok Tahun 2015.
- e. Mengetahui kebiasaan konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas pada remaja SMP Negeri 2 Depok Tahun 2015..
- f. Menganalisa hubungan pengetahuan gizi dengan kejadian obesitas pada remaja SMP Negeri 2 Depok Tahun 2015.
- g. Menganalisa hubungan sikap dengan kejadian obesitas pada remaja SMP Negeri 2 Depok Tahun 2015.
- h. Menganalisa hubungan kebiasaan konsumsi makan *fast food* dengan kejadian obesitas pada remaja SMP Negeri 2 Depok Tahun 2015.

#### **I.4 Manfaat Penelitian**

##### **I.4.1 Manfaat bagi Program Studi**

Hasil penelitian ini dapat menambah karya penelitian terutama bagi program studi S1 Ilmu Gizi. Fakultas Ilmu Gizi Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta sehingga turut memberikan sumbangan ilmu kepada generasi selanjutnya.

##### **I.4.2 Manfaat bagi Institusi**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khasanah ilmu terutama pada bidang studi ilmu gizi sehingga dapat menambah kepustakaan khususnya untuk Mahasiswa/i program studi S1 Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta yang dapat digunakan sebagai bahan referensi atau sumber informasi melakukan penelitian lanjutan, khususnya yang berhubungan dengan kebiasaan konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas pada remaja SMP Negeri 2 Kota Depok Tahun 2015.

##### **I.4.3 Manfaat bagi Penyelenggara Pendidikan**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumber informasi mengenai kebiasaan konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas pada remaja SMP di Kota Depok. Selain itu bisa dijadikan sebagai bahan masukan dalam

mengonsumsi makanan yang bergizi dalam rangka mengurangi angka obesitas pada remaja di kota Depok.

#### **I.4.4 Manfaat bagi Peneliti**

Penelitian yang dilakukan diharapkan dapat menambah wawasan dan pengalaman kepada peneliti sehingga bisa bermanfaat untuk menjalankan penelitian ditingkat selanjutnya. Selain itu, penelitian diharapkan dapat mengasah daya analisa serta kemampuan dalam melakukan penelitian.

